



# Camotes Glaseados con Canela y Naranja

*Agregue un poco de cáscara de naranja rallada para darle más sabor.*

**Rinde 6 porciones.** *¾ taza por porción.* | **Tiempo de preparación:** 10 minutos

**Tiempo de cocimiento:** 30 minutos

1. En una cacerola mediana, ponga a hervir el jugo de naranja, la miel, la canela y el chile molido.
2. Agregue los camotes a la cacerola, cubra y cocine a fuego lento por 15 minutos.
3. Quite la tapa y agregue las pasas; cocine a fuego medio-alto por 5 minutos o hasta que haya espesado la salsa de naranja.
4. Sirva inmediatamente.

*\*No le dé miel a los niños menores de 1 año.*

- 1½ tazas de jugo de naranja 100% natural**
- 2 cucharadas de miel\* o azúcar morena**
- 1 cucharadita de canela molida**
- ¼ cucharadita de chile molido (opcional)**
- 2 libras de camote (unos 2 camotes grandes), pelados y cortados en cubitos**
- ¼ taza de pasas**



Información  
nutricional  
por porción:

Información  
nutricional  
por porción:

Calorías

180

Carbohidratos

44 g

Fibra Dietética

4 g

Proteínas

3 g

Grasas

0 g

Grasa Saturada

0 g

Grasa Trans

0 g

Colesterol

0 mg

Sodio

45 mg

